

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa perilaku hidup sehat siswa kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gugus Garuda Kecamatan Tempuran terdiri dari perilaku makan dan minum, perilaku membersihkan diri, kebersihan pribadi, perilaku kebersihan lingkungan serta perilaku sehat dan keseimbangan kegiatan, secara keseluruhan adalah sangat rendah 29 siswa (7.3%), rendah 102 siswa (25.8%), sedang 149 siswa (37.1%), tinggi 95 siswa (24.1%) dan sangat tinggi 20 siswa (5.1%).

B. Implikasi Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan implikasi bagi berbagai pihak, antara lain:

1. Sekolah, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar untuk menyusun program yang berkaitan dengan usaha kesehatan sekolah sehingga tercipta lingkungan sekolah yang sehat dan kondusif bagi proses belajar mengajar siswa.
2. Siswa, memberikan informasi tentang kesehatan sehingga lebih memperhatikan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.
3. Orangtua, dengan mengetahui informasi kesehatan orangtua dapat menerapkan pola hidup sehat di rumah dan memberikan asupan makanan gizi seimbang yang sangat bermanfaat bagi tumbuh kembang anak.

C. Keterbatasan

Penelitian ini memiliki keterbatasan-keterbatasan diantaranya:

1. Penelitian hanya mencakup wilayah Kecamatan Tempuran, sehingga hasil penelitian belum tentu sama dengan wilayah yang lain. Penelitian selanjutnya sebaiknya meneliti dengan jangkauan wilayah yang lebih luas, sehingga diperoleh hasil penelitian yang lebih akurat.
2. Indikator yang digunakan untuk penelitian hanya mengacu pada kelas atas, sehingga dimungkinkan masih terdapat indikator lain yang mempengaruhi perilaku sehat siswa. Penelitian selanjutnya sebaiknya menggunakan semua kelas sehingga dapat diketahui lebih banyak indikator yang mempengaruhi perilaku sehat siswa.
3. Instrumen / angket tidak diteliti oleh orang yang ahli dibidangnya karena adanya keterbatasan waktu penelitian.
4. Proporsi jumlah butir angket tidak sama untuk setiap indikator.

D. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat diberikan saran antara lain:

1. Hasil penelitian ini dapat sebagai bahan masukan bagi orangtua siswa untuk memperbaiki perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari anak di rumah.

2. Pihak sekolah khususnya guru sebaiknya selalu memberikan materi atau pengetahuan tentang kesehatan kepada siswa untuk memperbaiki lingkungan sekolah, sehingga tercipta lingkungan sekolah yang sehat dan mendukung proses belajar mengajar.

DAFTAR PUSTAKA

- Bramirus Mikail & Asep Candra. (2011). *Anak Sekolah, Agen Perubahan Pola Hidup Sehat*. Diambil dari: <http://health.kompas.com> pada tanggal 12 Februari 2011.
- Depkes RI. (2007). *Riset Kesehatan Dasar 2007: Pedoman Pengambilan, Penyimpanan, Pengemasan dan Pengiriman*. Diambil dari: www.riskesdas.litbang.depkes.go.id pada tanggal 12 Februari 2012.
- Devi Tri Kuncoro Habibi. (2010). *Studi tentang Perilaku Hidup Sehat Siswa Sekolah Dasar Negeri Klenang Kidul II Kecamatan Banyuwangi Kabupaten Probolinggo*. Diambil dari: <http://library.um.ac.id> pada tanggal 25 Juni 2012.
- Endang Ramdan. (1982). *Olahraga dan Kesehatan*. Bandung: PT. Angkasa.
- Handoko Riwidikdo. (2007). *Statisti Kesehatan*. Yogyakarta: Mintra Cendikia Press.
- Ichsan. (1979). *Kesehatan Lingkungan Jakarta*: Dirjen Dikti Pendidikan Tinggi PPLPTK.
- Moh Nasir. (2005). *Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Purnomo Ananto dan Abdul Kadir. (2010). *Memelihara Kesehatan dan Kesegaran Jasmani*. Jakarta: Depdikbud.
- Sadatoen Sorjohardjo. (1986). *Ilmu Kesehatan*. Bandung: CV. Lubuk Agung.
- Soekidjo Notoatmojootoatmodjo. (2010). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sri Andriyani. (2009). *Hubungan Sosialisasi Program UKS dan Partisipasi Siswa Menjalankan Program UKS di Sekolah Lanjutan Atas se-Kota Malang*. Skripsi, Jurusan Administrasi Pendidikan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang. Diambil dari: <http://karya-ilmiah.um.ac.id> pada tanggal 25 Juni 2012.
- Sugiono. (2005). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sukintaka. (1989). *Mengkaji Skor Baku Keadaan Gizi Menurut Rumus Devenport-Kanp Bagi Murid*. Yogyakarta: FPOK IKIP.

Supardi. (2005). *Metode Penelitian Ekonomi dan Bisnis*. Yogyakarta: UII Press.

Sutanto Priyo Hastono. (2001). *Analisis Data Statistika dan Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.